



Faringitis

Dolor de garganta

HECHOS SORPRENDENTES:

Sólo un 15% de las personas que acuden a un médico por un fuerte dolor de garganta tienen estreptococos, pero se deben hacer una prueba para estar seguros. Usted necesitará antibióticos sólo si la prueba muestra que tiene una infección por estreptococos.

LO QUE SE DEBE HACER:

- Beba más agua. También son eficaces la miel con limón en agua caliente o los tés de hierbas. No dé miel a niños menores de un año de edad.
- Haga gárgaras con agua caliente y sal.
- Chupe un caramelo duro, pastillas de vitamina C o pastillas para la garganta. No se los dé a niños pequeños.
- Tome acetaminofeno o ibuprofeno para aliviar el dolor. Lea la etiqueta para ver la dosis adecuada para los niños.

LLAME A SU MÉDICO SI:

- Le cuesta trabajo al pasar la comida o respirar.
- Le duele la garganta después de haber estado expuesto al estreptococo.
- Tiene también fiebre de más de 101° o ardor en la garganta.
- No puede encontrar la causa de un resfrío, tal como alergias, fumar, gritar u otra irritación.



DOH 130-044 March 2009 Spanish

Para personas discapacitadas, este documento está disponible a su pedido en otros formatos. Para hacer su pedido llame al 1-800-525-0127 (TDD/TTY 1-800-833-6388).

Elaborado con la colaboración de: Departamento de Salud de Tacoma y del Condado de Pierce / Ilustración © 2001

Fuentes: Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, Academia Estadounidense de Médicos Familiares y Healthwise

Los virus causan la mayoría de los dolores de garganta. Cuando los virus infectan la nariz, la garganta y los senos nasales, el cuerpo los combate creando mucosidad. Esto ayuda a eliminar los virus. La mucosa de la nariz y los senos nasales drena hacia la garganta y puede causar dolor. Las alergias, el fumar y la contaminación del aire también pueden producir dolor de garganta. Algunos dolores de garganta ocurren cuando el ácido del estómago va hacia la garganta. Gritar o hablar durante mucho tiempo también podría producir dolor de garganta.

Los antibióticos no son eficaces contra las infecciones virales.

Un dolor de garganta ocasionado por un virus mejorará por sí solo en una o dos semanas. Los antibióticos no curan el dolor de garganta más rápidamente si éste es causado por un virus. Tomar antibióticos cuando no es necesario le hará daño, al crear gérmenes más fuertes.

Hable con su proveedor de atención a la salud sobre los medicamentos que le pueden ayudar a sentirse mejor. Para los dolores de garganta causados por alergias, su proveedor le podrá aconsejar cómo evitar las cosas que activan sus alergias.

Algunos dolores de garganta, tal como la infección por estreptococos, son causados por bacterias. Su proveedor de atención a la salud puede hacer una prueba para ver si tiene una infección por estreptococos. Las señales del estreptococo incluyen dolor de garganta, fiebre, inflamación de las glándulas y manchas blancas o pus en la garganta. Esto es contagioso y más común en los niños entre 3 y 15 años de edad. Los estreptococos son una infección seria que usualmente debe ser atendida con antibióticos. Si su prueba muestra que usted tiene estreptococos, su proveedor podría recetarle los antibióticos necesarios. Acabe siempre toda la prescripción, pues las últimas píldoras son las que matan a los gérmenes más fuertes.

El mejor modo de evitar las infecciones es lavarse las manos.

Los gérmenes se propagan cuando usted se lleva las manos a la boca, la nariz o los ojos. Lavarse frecuentemente las manos con agua caliente y jabón ayudará a evitar que los gérmenes penetren en su cuerpo. Para evitar los dolores de garganta, no fume y evite las cosas que le provocan alergias, tales como el polvo, el polen y otras emanaciones. Beba mucha agua y descanse mucho.



Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) provides print-ready files (PDFs) of health education materials. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team

P R I N T I N G S P E C I F I C A T I O N S

Title: Sore Throat (fact sheet)

Size: 8.5 x 11

Paper stock: 80# text white

Ink color: Black

DOH Pub #: 130-044